

令和元年 5月1日現在

いつまでも自分の歯で噛める幸せを!

高松市成人歯科健診

30・40・50・60・65・70歳の方の
節目の無料健診です。

※歯科健診事業は高松市から委託されて高松市歯科医師会が行っています。詳しくは高松市歯科医師会に加入している医療機関でお聞きください。

急に!! 夜間・休日に歯のことで困ったら!!

高松市歯科救急医療センターへ ご連絡ください。

休日救急
歯科診療

夜間救急
歯科診療

障がい者
歯科診療

お問い合わせ
診療のご予約は

☎087-851-1167

診療内容・時間	曜日	月	火	水	木	金	土	日・祝
休日救急診療 9:00~12:00 13:00~16:00	休診	休診	休診	休診	休診	休診	休診	○
夜間救急診療 19:30~22:00	○	○	○	○	○	○	○	休診
障がい者診療 9:30~12:30 13:30~16:30	完全予約制	○	休診	休診	○	休診	○	休診

※気象警報、災害警報の発令中は休診になることもあります。受診の際はTELにてご確認ください。※本事業は高松市の補助を受けて実施されています。○診療しています



Message from Mayor

口は食べるだけでなく、呼吸したり、話したり、また、顔の表情をつくるなど大切な役割をもっています。口の機能が低下すると、食事の質・量ともに下って低栄養状態になったり、のみこみがうまくできずに誤嚥性肺炎を誘引したりと全身の健康に影響を及ぼします。年齢を重ねると体のいろいろな機能の衰えは避けられませんが、いつまでも自分

らしく自立した生活を送るためには、元気なうちから口の機能の維持に取り組みたいものです。本市では、高松市歯科医師会の御協力をいただき、健康都市の実現に向け、歯と口腔の健康づくりに努めております。市民の皆様が、毎日の手入れや定期的な歯科健診で良好な状態を維持し、健康寿命を伸ばしていきいきとした生活を送られるよう願っております。

高松市長 大西 秀人

公益社団法人 高松市歯科医師会からのインフォメーション

私たち高松市歯科医師会は、市民の皆さまが生涯健康で過ごすことができるよう「健康寿命は歯・口腔の健康から」をスローガンにさまざまな活動をしております。「口」の健康は「食べる」ことを通じて全身の健康に密接に係わっています。また、「口」は「会話」「呼吸」「表情」といった何気ない日常生活においても重要な役割があります。高松市行政と歯科医師会が主体となって行う各種健康に関する事業を活用しながら、歯とお口の健康を育てていきましょう。 会長 梅村 謙二

「もぐもぐだより」はホームページにも掲載中! バックナンバー (vol.1~39) もご覧いただけます。

<http://www.418takamatu.com/>

至高松市内 (さめぎ浜街道)

イオン ● 高松東店 ● 高松市 福岡町プール ●

至高松市内 国道11号線 ●GS セブンイレブン ●

↑至ジャンボリー 至屋島

高松市 歯科救急医療 センター ● 高松市総合体育館 ●

●高松市産場公園 ●



公益社団法人 高松市歯科医師会
〒760-0066 高松市福岡町3-36-23

連絡先

TEL : 087-851-1166
FAX : 087-851-1120



歯医者さんからのかわらばん

もぐもぐ だより vol.40



公益社団法人 高松市歯科医師会
【もぐもぐだより 第40号】2019年11月発行 年2回発行 (6月・11月)
www.418takamatu.com

口腔に関する 豆知識
Part 1 「口」

くちなかの 口の中のようす



こうこうがい
硬口蓋

なんこうがい
軟口蓋

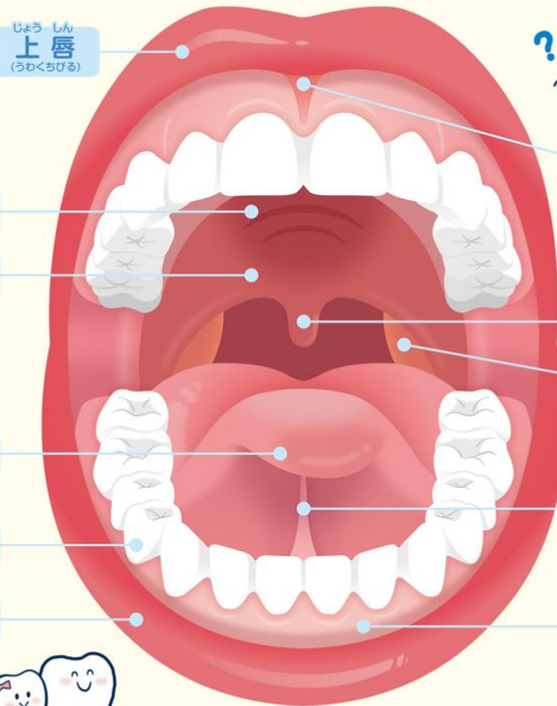
ぜつ
舌 (した)

は
歯

かしん
下唇 (したくちびる)



くちなかの 口の中のようす



じょうしん
上唇 (うわくちびる)

じょうしんしょうたい
上唇小帯

こうがいすい
口蓋垂

へんとうせん
扁桃腺

ぜつしょうたい
舌小帯

しにく
歯肉

もぐもぐだよりのバックナンバー (vol.1~39) インターネットで配信
<http://www.418takamatu.com/mogumogudayori/>

かんたん検索!
もぐもぐだより 検索



くち きのう 「口」の機能(はたらき)

そ しゃく 咀嚼 (かむ・あじわう)

口の中に入った食べ物は、歯によって細かくかみくだかれます(そしゃく)。すりつぶされた食べ物は、舌によってだ液とまぜ合わされ、飲みこみやすい形にします。



か 噛むことのメリット

歯の健康が
い~ぜ!

- ひ … 肥満防止
- み … 味覚の発達
- こ … 言葉がはつきり
- の … 脳の発達
- は … 歯の病気の予防
- が … ガンの予防
- い … 胃の発達
- せ … 全身元気に



こ きゅう 呼吸 (はく・ふく・すう)

運動などで呼吸が激しくなったりすると口で息をします。ハーモニカや笛のような楽器の演奏を行ったりします。



えん げ 嚥下 (のみこむ)

食べ物を飲みこむことを嚥下といいます。舌や口を取り巻く筋肉のはたらきによって食べ物を飲みこみます。



はつ おん 発音 (はなす・うたう)

ヒトは口から声を発し、会話や歌うことができます。



ひょう じょう 表情 (スマイル)

口は表情の一部となり、特に明るい笑顔(スマイル)は口が重要な要素となります。



健康寿命は歯・口腔の健康から

オーラルフレイルとは『オーラル(口腔の)』と『フレイル(虚弱)』という2つの単語を掛け合わせた言葉で、口腔機能の低下によって起こる身体の衰えのことをいいます。

※現在、日本歯科医師会は、「8020運動」に「オーラルフレイルの予防」という新たな考え方を加え、健康長寿をサポートしています。

食べこぼす
むせる

噛めない
食欲がない



口が乾く
滑舌が悪い

口に関するささいな衰えが
積み重なると…

要介護状態となる
リスクが高まります

ち しき いずみ 知識の泉

くち ふく かん よう ひょう げん 「口」を含む慣用表現

くち だ 口を出す

他人の会話に割り込んでものを言うこと。



くち かた 口が堅い

言うべきでないことをむやみに他言しない。



くち すべ 口が滑る

言ってはならないことをうっかり言ってしまう。



くち おも 口が重い

口数が少ないこと。



くち む 口を割る

白状すること。

くち ふく よ し じゅく こ 「口」を含む四字熟語

い く どう おん 異口同音

多くの人が口をそろえて同じことを言うこと。

